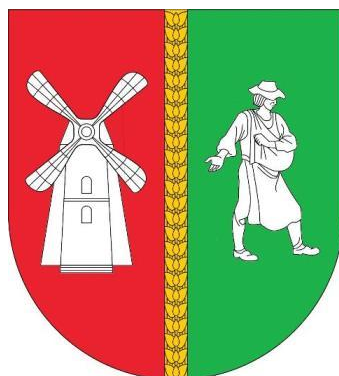


Załącznik  
do uchwały Nr XI/.../15  
Rady Gminy Sicienko  
z dnia 30 grudnia 2015 roku

Gmina Sicienko



**Gminny Program**  
**Promocji Zdrowia Psychicznego**  
**na lata 2016-2020**

## I. Wprowadzenie

Problematyka zdrowia psychicznego jest zagadnieniem związanym nie tylko z sektorem opieki zdrowotnej, ale dotyczy również innych sektorów polityki społecznej.

Pojęcie zdrowia definiuje się jako „brak choroby lub kalectwa z równoczesnym pełnym dobrostanem psychicznym, fizycznym i społecznym” - definicja Światowej Organizacji Zdrowia (WHO).

Zdrowie psychiczne to termin trudny do zdefiniowania i precyzyjnego zdiagnozowania. Zdrowie psychiczne może oznaczać brak objawów psychopatologicznych, brak zmian w funkcjach psychicznych, brak chorób psychicznych. Zdrowie psychiczne to również akceptacja samego siebie, świadomość swojego potencjału, zdolność do samorealizacji i twórczego rozwoju, realistyczne postrzeganie rzeczywistości. W sensie socjologicznym zdrowie psychiczne postrzegane może być jako umiejętność radzenia sobie z problemami, stresem, umiejętność efektywnej pracy i funkcjonowania w życiu rodzinnym, w grupie i w społeczeństwie.

Czynniki determinujące zdrowie psychiczne mogą wynikać z genetycznych uwarunkowań. Część z tych wad może być następnie poprzez dziedziczenie przekazywana kolejnemu pokoleniu. Dziedziczne cechy z kolei, skłonności do określonych chorób mogą się ujawnić w wyniku czynników zewnętrznych, otoczenia człowieka.

Ponadto niezależnie od uwarunkowań genetycznych bodźce zewnętrzne, warunki w jakich człowiek żyje również wywierają wpływ na stan zdrowia psychicznego. Osoby funkcjonujące na co dzień w trudnych warunkach społeczno-ekonomicznych, osoby niepełnosprawne, osoby, u których zdiagnozowano nieuleczalne choroby, osoby, które zmierzyć się muszą nieoczekiwane z trudnymi zmianami życiowymi, jak utrata pracy, śmierć bliskich, rozwód narażone są w większym stopniu na problemy ze zdrowiem psychicznym i zaburzenia psychiczne.

Spektrum zagrożeń dla zdrowia psychicznego jest szerokie i wielowymiarowe. Wiąże się ze środowiskiem i warunkami pracy (wypalenie zawodowe, stres, przemęczenie, narastające zdenerwowanie), ale również jej brakiem w połączeniu z ubóstwem (poczucie beznadziei, rezygnacji, niska samoocena). Nieodmiennie zależne jest od środowiska rodzinnego i relacji między najbliższymi osobami, jak też brakiem rodziny, samotnością (uzależnienia, przemoc, zaburzenia więzi rodzinnych). Znaczenie mają również warunki społeczne w jakich funkcjonuje człowiek, choćby stosunki sąsiedzkie, koegzystencja międzyludzka (zaburzenie więzi społecznych, zjawisko wykluczenia społecznego).

Problemy natury psychologicznej i psychicznej mogą pojawić się na każdym etapie życia. Już dzieci mogą napotkać trudności w relacjach z rówieśnikami, w sprośowaniu wygórowanym oczekiwaniom, jakie wobec nich stawiają rodzice, w radzeniu sobie z sytuacjami, gdy w domu pojawia się problem uzależnienia, problemy finansowe. Młodzież może mieć trudności w ukształtowaniu odpowiednich wzorców zachowań wynikających głównie z wpływu najbliższego otoczenia, rówieśników, rodziny, konsumpcyjnego stylu życia, ulegania nałogom. Ludzie dorośli narażeni są na problemy związane z niepowodzeniem w życiu rodzinnym, w pracy, czy związane z długotrwałym bezrobociem, nałogami, częstymi sytuacjami wywołującymi stres. Ludzi starszych niejednokrotnie dotyka poczucie

bezużyteczności, świadomość osamotnienia, czy odrzucenia oraz trudności w radzeniu sobie z szybko zmieniającą się rzeczywistością.

Wiele osób nie potrafi, a nierzadko chce wyprzeć ze świadomości, fakt, że problemy z jakimi się zmagają (i ich wpływ na funkcjonowanie człowieka) dotyczą sfery psychiki i zdrowia psychicznego. Częstokroć utrzymując się przez długi czas poczucie wyczerpania, zdenerwowanie, przygnębienie, brak chęci do życia, depresja nie są traktowane jako objawy złej kondycji zdrowia psychicznego. Jednakże są to symptomy, które oznaczają, że konieczna jest pomoc specjalistyczna, by przezwyciężyć ten niepokojący stan.

Stąd tak bardzo pożądane są działania podejmowane na różnych płaszczyznach i w różnych dziedzinach, by udzielić wsparcia osobom tego potrzebującym.

W preambule ustawy z dnia 19 sierpnia 1994 roku o ochronie zdrowia psychicznego (Dz. U. z 2011 r. Nr 231 poz. 1375 z późn. zm.) czytamy, że „zdrowie psychiczne jest fundamentalnym dobrem osobistym człowieka, a ochrona praw osób z zaburzeniami psychicznymi należy do obowiązków państwa”.

Jak stanowi art. 1 cytowanej ustawy ochronę zdrowia psychicznego zapewniają organy administracji rządowej i samorządowej oraz instytucje do tego powołane.

Zgodnie z art. 2 ust. 1 wspomianej ustawy ochrona zdrowia psychicznego obejmuje realizację zadań dotyczących w szczególności:

- 1) promocji zdrowia psychicznego i zapobiegania zaburzeniom psychicznym;
- 2) zapewnienia osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej i powszechnie dostępnej opieki zdrowotnej oraz innych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym;
- 3) kształtowania wobec osób z zaburzeniami psychicznymi właściwych postaw społecznych, a zwłaszcza zrozumienia, tolerancji, życzliwości, a także przeciwdziałania ich dyskryminacji.

Od 1 stycznia 2016 roku zmianie ulega art. 2 ust. 2 ustawy o ochronie zdrowia psychicznego. Zmiany te wprowadzone są ustawą z dnia 11 września 2015 roku o zdrowiu publicznym (Dz. U. z 2015 r. poz. 1916). Zgodnie z nowym brzmieniem art. 2 ust. 2 ustawy o ochronie zdrowia psychicznego zadania, o których mowa w ust. 1 pkt 1, są realizowane w ramach Narodowego Programu Zdrowia, a zadania, o których mowa w ust. 1 pkt 2 i 3, poprzez działania określone w Narodowym Programie Ochrony Zdrowia Psychicznego.

W myśl art. 2 ustawy o ochronie zdrowia psychicznego prowadzenie działań określonych w Narodowym Programie Ochrony Zdrowia Psychicznego należy do zadań własnych samorządów województw, powiatów i gmin oraz zadań Narodowego Funduszu Zdrowia oraz ministrów właściwych ze względu na charakter działań określonych w programie.

Działania te polegają w szczególności na:

- 1) promowaniu zdrowia psychicznego i zapobieganiu zaburzeniom psychicznym;
- 2) zapewnieniu osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej, zintegrowanej i dostępnej opieki zdrowotnej oraz innych form pomocy niezbędnych do życia w środowisku społecznym, rodzinnym i zawodowym.

W chwili uchwalania niniejszego Gminnego Programu opracowany jest projekt Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020. Narodowy Program Ochrony Zdrowia Psychicznego obejmował lata 2011-2015. Nie ma obecnie dokumentu w tym zakresie określającego politykę na kolejne lata.

Opracowując niniejszy Program wzięto więc pod uwagę obowiązki ustawowe, założenia przyjęte w projekcie Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016-2020 oraz zamiar kontynuacji zadań ujętych w dotychczasowym Gminnym Programie Promocji Zdrowia Psychicznego na lata 2013-2015.

## **II. Cel i główne założenia Programu.**

Celem Programu jest promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym oraz zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi różnych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym.

Program dąży do upowszechnienia wiedzy na temat zdrowia psychicznego, promocji zdrowego trybu życia, zapewnienia dostępności do różnych form środowiskowej opieki i oparcia społecznego dla osób z zaburzeniami psychicznymi w zakresie pomocy bytowej, czy samopomocy środowiskowej, koordynacji realizacji zadań związanych z rozwiązywaniem problemów społecznych w zakresie zdrowia psychicznego.

Program powiązany jest ze Strategią Rozwiązywania Problemów Społecznych w Gminie Sicienko. Profilaktyka zdrowia psychicznego w ujęciu ogólnym powiązana jest również z profilaktyką przemocy i uzależnień oraz wspieraniem rodziny w wykonywaniu funkcji opiekuńczo-wychowawczych. Realizowany jest gminny program przeciwdziałania przemocy w rodzinie oraz ochrony ofiar przemocy w rodzinie.

## **III. Diagnoza sytuacji i zasoby.**

Gmina Sicienko, położona w powiecie bydgoskim w województwie kujawsko-pomorskim obejmuje obszar 179,46 km<sup>2</sup>. Gmina podzielona jest na 21 sołectw. Liczy ponad 9500 mieszkańców. Struktura społeczna i ekonomiczna jest zróżnicowana. Znaczne obszary związane są z rolnictwem. Nie ma dużych zakładów przemysłowych, rozwija się jednak działalność gospodarcza, głównie w zakresie usług i sprzedaży. Ukształtowały się tereny zwartej zabudowy jednorodzinnej. Obok rodzin zamieszkujących gminę od pokoleń osiedlają się nowi mieszkańcy. Liczba mieszkańców gminy sukcesywnie się zwiększa. Wraz z rozwojem gminy, zmienia się charakterystyka spraw i problemów dotyczących mieszkańców. Obok mieszkańców i rodzin dobrze radzących sobie z codziennymi sprawami funkcjonują osoby i rodziny, które mają trudności w sprostaniu problemom.

Działania zapobiegawcze w zakresie ochrony zdrowia psychicznego są podejmowane wobec dzieci, młodzieży, osób starszych i wobec osób znajdujących się w sytuacjach stwarzających zagrożenie dla ich zdrowia psychicznego.

Wsparcie dla osób, które wymagają pomocy, osób z zaburzeniami psychicznymi prowadzą instytucje samorządowe na szczeblu gminy i powiatu, a także organizacje pozarządowe czy inne podmioty.

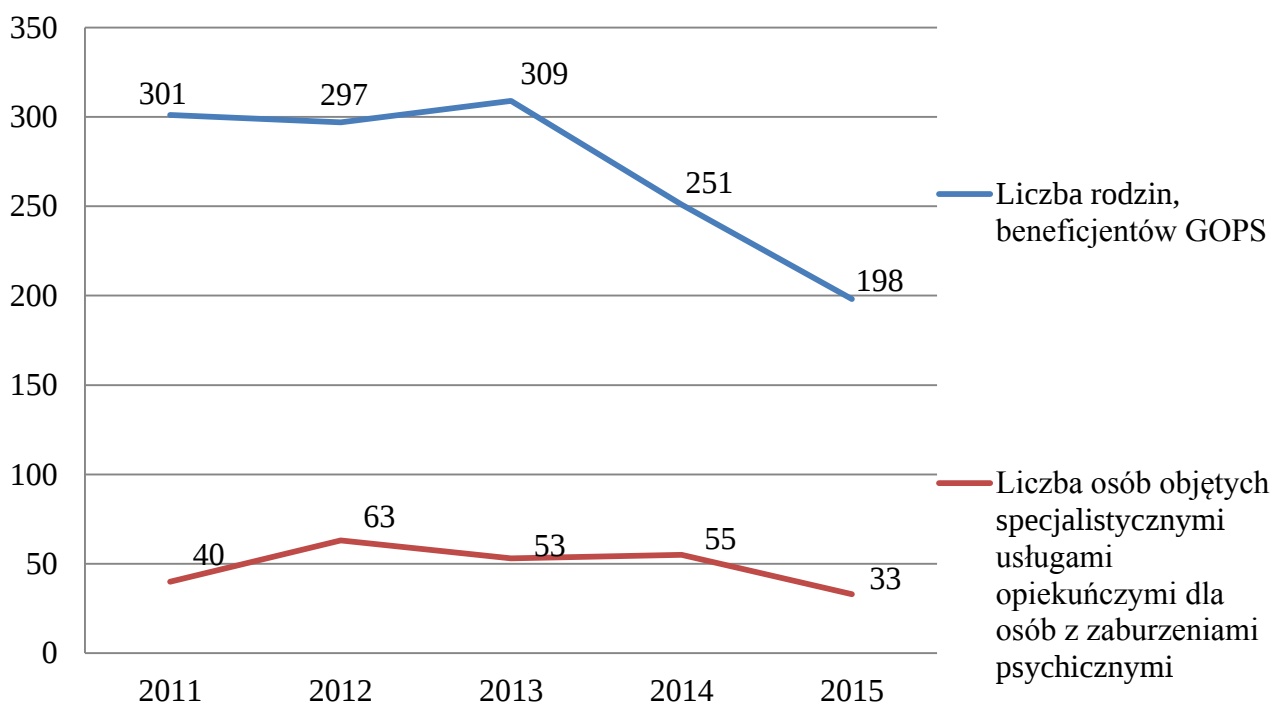
Pomoc dla osób z zaburzeniami psychicznymi świadczona jest w szczególności przez Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sicienku. Realizowana jest poprzez wykonywanie zadań określonych w ustawie o pomocy społecznej. Pomoc społeczna jest instytucją polityki społecznej państwa, mającą na celu umożliwienie osobom i rodzinom przezwyciężanie trudnych sytuacji życiowych, których nie są one w stanie pokonać, wykorzystując własne uprawnienia, zasoby i możliwości. Pomoc społeczna wspiera osoby i rodziny w wysiłkach zmierzających do zaspokojenia niezbędnych potrzeb i umożliwia im życie w warunkach odpowiadających godności człowieka. Zadaniem Ośrodka jest zapobieganie wymienionym sytuacjom przez podejmowanie działań zmierzających do życiowego usamodzielnienia osób i rodzin oraz ich integracji ze środowiskiem.

Prowadzony jest Punkt Interwencji Kryzysowej w Sicienku, w którym poradę udziela psycholog. Celem Punktu jest niesienie pomocy osobom znajdujących się w sytuacjach kryzysu, doświadczającym przemocy, poszkodowanym w wyniku zdarzeń losowych. Z pomocy mogą korzystać m.in. osoby w kryzysie (wynikającym w szczególności z problemów rodzinnych, problemów wychowawczych, związanych ze śmiercią bliskich osób, rozstaniem, rozwodami, myślami i próbami samobójczymi), osoby doświadczające przemocy w rodzinie, sprawcy przemocy, osoby uzależnione i członkowie rodziny osób uzależnionych.

Prowadzone jest poradnictwo specjalistyczne i wsparcie dla osób i rodzin.

Organizowane są specjalistyczne usługi opiekuńcze dla osób z zaburzeniami psychicznymi wykonywane przez lekarza psychiatrę, psychologa, terapeutę.

**Liczba beneficjentów Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Sicienku i liczba osób objętych specjalistycznymi usługami opiekuńczymi dla osób z zaburzeniami psychicznymi**



Pomocą Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej obejmowane są również osoby starsze, niepełnosprawne, przewlekłe chore i samotne, które nie są w stanie samodzielnie funkcjonować i wymagają opieki innych osób. Często rodzina zaniedbuje obowiązki opiekuńcze wobec tych osób i nie interesuje się nimi lub nie jest w stanie zapewnić im opieki. Pomoc tej grupie osób, ma na celu podjęcie działań, które w sposób planowy i celowy mają wpłynąć na poprawę ich sytuacji życiowej. Polityka społeczna zakłada działania na rzecz ich praw. Dotyczy ona ochrony zdrowia, organizacji czasu wolnego, pomocy obłożnie chorym, pracy socjalnej, kształtowania odpowiednich warunków mieszkaniowych, pomocy instytucjonalnej oraz warunków materialnych. Zadania te GOPS realizuje poprzez usługi opiekuńcze w miejscu zamieszkania osoby (są to czynności pielęgnacyjno-opiekuńcze oraz gospodarcze). W 2014 roku pomoc w formie usług opiekuńczych świadczona była w 16 rodzinach dla 16 osób (łącznie z usługami wykonywanymi w ramach prac społecznie użytecznych). Co roku organizowana jest Wigilia dla osób samotnych, starszych, niepełnosprawnych.

W związku z koniecznością udzielania pomocy wspomnianej grupie osób Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej zajmuje się kierowaniem do domów pomocy społecznej. Osoba, która na skutek choroby psychicznej, upośledzenia umysłowego lub schorzeń somatycznych nie jest zdolna do zaspokajania podstawowych potrzeb życiowych i nie ma możliwości korzystania z opieki innych osób oraz potrzebuje stałej opieki i pielęgnacji, lecz nie wymaga leczenia szpitalnego, może być za jej zgodą lub zgodą jej przedstawiciela ustawowego przyjęta do domu pomocy społecznej. W 2015 roku w domach pomocy społecznej przebywało 6 osób.

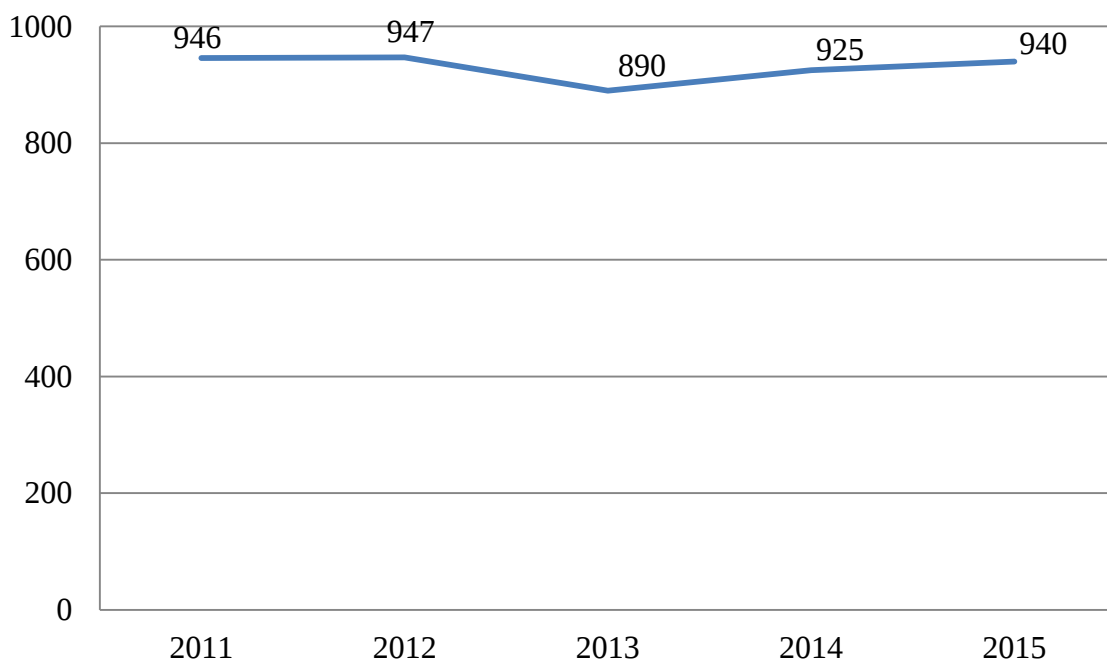
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej współpracuje również z GOPS w Białych Błotach i Warsztatami Terapii Zajęciowej „Dąb” w Białych Błotach. Stwarza się w ten sposób osobom niepełnosprawnym niezdolnym do podjęcia pracy możliwość rehabilitacji społecznej i zawodowej. Realizacja przez warsztat tego celu odbywa się poprzez techniki terapii zajęciowej. Zmierzają one do rozwijania umiejętności wykonywania czynności życia codziennego oraz zaradności osobistej. Służą również rozwijaniu sprawności psychofizycznych i umiejętności zawodowych, niezbędnych dla podjęcia zatrudnienia. Z terenu Gminy Sicienko obecnie korzysta z tej pomocy 8 osób.

Świadczenia na rzecz dzieci i młodzieży z zaburzeniami psychicznymi świadczone są przez placówki oświatowe. System oświaty zapewnia możliwość pobierania nauki we wszystkich typach szkół przez dzieci i młodzież niepełnosprawną oraz niedostosowaną społecznie, zgodnie z indywidualnymi potrzebami rozwojowymi i edukacyjnymi oraz predyspozycjami, gwarantuje opiekę nad uczniami niepełnosprawnymi przez umożliwienie realizowania zindywidualizowanego procesu kształcenia, form i programów nauczania oraz zajęć rewalidacyjnych.

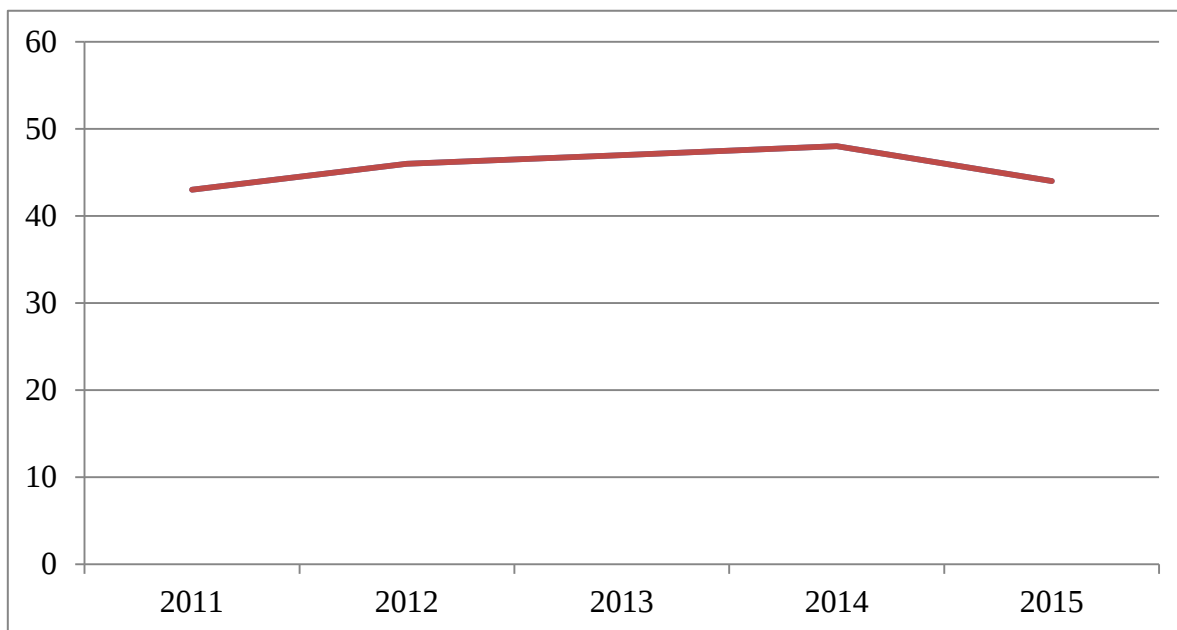
Szkoły z terenu gminy współpracują z Powiatową Poradnią Psychologiczno - Pedagogiczną w Koronowie z filią w Bydgoszczy. Poradnia za główny cel stawia udzielanie pomocy dzieciom i młodzieży w osiąganiu wszechstronnego, optymalnego rozwoju oraz wspieranie środowiska wychowawczego w tworzeniu warunków sprzyjających temu rozwojowi. Nauczaniem indywidualnym powinni zostać objęci uczniowie, których stan zdrowia uniemożliwia lub znacznie utrudnia uczęszczanie do szkoły. Kształceniem specjalnym powinny być objęte dzieci i młodzież wymagające stosowania specjalnej organizacji nauki i metod pracy.

Uczniowie posiadający orzeczenia o potrzebie kształcenia specjalnego uczestniczą w zajęciach rewalidacyjnych, podczas których realizują zalecenia zawarte w orzeczeniach. Część uczniów realizuje obowiązek szkolny poprzez nauczanie indywidualne. W roku szkolnym 2012/2013 dziewięcioro uczniów otrzymało orzeczenia poradni o konieczności nauczania indywidualnego ze względu na zaburzenia zachowania i emocji.

#### **Liczba uczniów w szkołach podstawowych i gimnazjach**



#### **Liczba uczniów posiadających orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego**



Działania wobec osób z zaburzeniami psychicznymi realizowane są również pośrednio przez Gminną Komisję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

W Sicienku działa Rodzinny Punkt Konsultacyjny. Jego zadaniem jest w szczególności całościowe rozpoznanie zgłaszanego problemu, informowanie o możliwości pomocy oraz kompetencjach poszczególnych służb, które mogą zaangażować się w profesjonalną, systemową pomoc dla osoby uzależnionej, jej rodziny. Celem Punktu jest również motywowanie osób uzależnionych i współuzależnionych do podjęcia psychoterapii w zakładach leczenia odwykowego, kierowanie tych osób do leczenia specjalistycznego, udzielanie wsparcia osobom po zakończonym leczeniu odwykowym. Zadaniem Rodzinnego Punktu Konsultacyjnego jest także rozpoznanie zjawiska przemocy domowej, udzielanie stosownego wsparcia oraz udzielanie informacji o możliwościach uzyskania pomocy i powstrzymywania przemocy, uruchomienie interwencji, za zgodą osoby doznającej przemocy, w przypadku rozpoznania zjawiska przemocy domowej. Przy „Telefonie zaufania” dyżury świadczy psychoterapeuta, specjalista ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie, terapeuta uzależnień, psycholog.

Przy Rodzinnym Punkcie Konsultacyjnym działa Punkt Informacyjny dla Ofiar Przemocy w Rodzinie. Do jego zadań należy dążenie do zmiany świadomości i postaw społecznych wobec zjawiska przemocy domowej, udzielanie porad, zmotywowanie poszkodowanej do podjęcia wszelkich działań zmierzających do poprawy własnej sytuacji życiowej.

Działania na rzecz osób i rodzin dotkniętych problemem niepełnosprawności, w tym niepełnosprawności intelektualnej i zaburzeń psychicznych realizowane są z udziałem środków gminy przez organizacje pozarządowe. Mają na celu w szczególności wspieranie rodzin poprzez organizowanie zajęć dla niepełnosprawnych członków rodziny, stwarzanie warunków do pełnego uczestnictwa w życiu kulturalnym, sporcie, rekreacji i turystyce, wyrównywanie szans osób niepełnosprawnych w życiu społecznym, integracją środowisk osób niepełnosprawnych. Co roku w ramach realizacji Programu współpracy Gminy Sicienko z organizacjami pozarządowymi oraz innymi podmiotami prowadzącymi działalność pożytku publicznego organizowane są konkursy ofert na realizowanie zadań publicznych. Z gminą Sicienko współpracuje do tej pory Katolickie Stowarzyszenie Na Rzecz Osób Specjalnej Troski i Ich Rodzin im. Św. Maksymiliana Kolbego w Bydgoszczy.

#### IV. Zadania

| Cel                                                                     | Zadania                                                                                                    | Podmiot odpowiedzialny | Okres realizacji |
|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------|
| Organizacja systemu poradnictwa i pomocy w stanach kryzysu psychicznego | Finansowanie zatrudnienia psychiatry w celu poszerzenia dostępności mieszkańców do specjalistycznej pomocy | Urząd Gminy            | 2016-2020        |
|                                                                         | Prowadzenie Punktu Interwencji Kryzysowej w Sicienku                                                       | GOPS                   | 2016-2020        |

|                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                    |                                                     |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------|
|                                                                                                                | Prowadzenie Rodzinnego Punktu Konsultacyjnego                                                                                                                                                                                      | GKRPA                                               | 2016-2020 |
|                                                                                                                | Punkt Informacyjny dla Ofiar Przemocy w Rodzinie                                                                                                                                                                                   | GKRPA                                               | 2016-2020 |
| Upowszechnienie zróżnicowanych form pomocy i oparcia społecznego                                               | Organizowanie specjalistycznych usług opiekuńczych dla osób z zaburzeniami psychicznymi                                                                                                                                            | GOPS                                                | 2016-2020 |
|                                                                                                                | Kierowanie do domów pomocy społecznej                                                                                                                                                                                              | GOPS                                                | 2016-2020 |
|                                                                                                                | Współpraca z GOPS w Białych Błotach – uczestnictwo osób niepełnosprawnych w warsztatach terapii zajęciowej                                                                                                                         | GOPS                                                | 2016-2020 |
|                                                                                                                | Współpraca ze Środowiskowym Domem Samopomocy w Białych Błotach                                                                                                                                                                     | GOPS                                                | 2016-2020 |
|                                                                                                                | Wspieranie rodziców w kierowaniu dzieci i młodzieży, u której występują zaburzenia zachowania i istnieje zagrożenie zaburzeń psychicznych do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej                                                  | Szkoły gminne                                       | 2016-2020 |
| Prowadzenie działań profilaktyczno - edukacyjnych zapobiegających pojawianiu się zaburzeń zdrowia psychicznego | Szkolenia rad pedagogicznych w zakresie wspierania uczniów z zaburzeniami zachowań i szeroko rozumianego zdrowia psychicznego                                                                                                      | Urząd Gminy, Szkoły gminne                          | 2017      |
|                                                                                                                | Organizowanie w szkołach działań informacyjno-edukacyjnych, w szczególności szkoleń lub prelekcji z udziałem specjalistów dotyczących zdrowego stylu życia oraz podejmowania działań sprzyjających zachowaniu zdrowia psychicznego | Zespół Szkół w Sicienku,<br>Zespół Szkół w Wojnowie | 2016-2020 |
|                                                                                                                | Prowadzenie działań informacyjnych o zagrożeniach dla zdrowia psychicznego                                                                                                                                                         | GOPS,<br>GKRPA,<br>szkoły gminne                    | 2016-2020 |

## **V. Realizatorzy Programu**

Realizatorami Programu będą:

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sicienku,

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Sicienku,

Urząd Gminy w Sicienku,

Punkt Interwencji Kryzysowej,

Rodzinny Punkt Konsultacyjny w Sicienku,

Szkoły Podstawowe: w Kruszynie, Samsiecznie, Strzelewie i Trzemiętowie,

Zespoły Szkół: w Sicienku i Wojnowie.

## **VI. Finansowanie**

Realizacja Programu odbywać się będzie w ramach środków budżetu gminy Sicienka, dotacji oraz środków pozabudżetowych.

## **VII. Monitorowanie**

Koordynatorem Gminnego Programu Promocji Zdrowia Psychicznego jest Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sicienku. Monitorowanie odbywać się będzie poprzez przedkładanie Wójtowi Gminy sprawozdania z Programu. GOPS współpracuje z innymi podmiotami realizującymi zadania objęte programem i z Urzędem Gminy w Sicienku w celu monitorowania i sporządzania sprawozdań. Sprawozdania będą przedkładane corocznie do 30 kwietnia za poprzedni rok.